



# ليل الكنز

حتى في أعماق اليأس يمكن لشعاع الأمل أن يتسلل وينير الدرب

عماز عمام ليل

أسم الكتاب: ليل (اكتئاب)

أسم المؤلف: عماد عصام ليل للتواصل اضغط

هنا ( )

تاريخ النشر: ٢٠٢٤/٦/٩

اهداء الى اخى وصديقى ح/الرقيب: احمد شحاتة

للتواصل اضغط هنا ( )

## الفصل الأول "غروب الأفكار"

كانت السماء تتلون بألوان الغروب الساحرة، حيث تمزج الأحمر والبرتقالي والبنفسجي في لوحة فنية تخطف الأبصار. في هذا الوقت من اليوم، حيث يبدأ النهار بالاستسلام لليل، كانت خواطري تتجمع كأوراق الخريف التي تتساقط ببطء.

أجلس وحيدًا على مقعد خشبي قديم في حديقة البيت، أتأمل السماء وأتابع الطيور وهي تعود إلى أعشاشها. الهدوء يخيم على المكان، والصمت يعزف ألحانًا تتردد في أعماقي. أفكارى تتراقص مع نسيمات الهواء العليل، تارة ترتفع عاليًا وتارة تهبط منخفضة، تمامًا كموجات البحر الهادئ.

أفكر في اليوم الذي مضى، في الأحداث التي مرت، في اللحظات التي شعرت فيها بالسعادة وتلك التي أثقلت كاهلي بالهموم. أتساءل، هل كان بإمكانى فعل الأمور بشكل مختلف؟ هل كان بإمكانى أن أكون أفضل؟ لكن الغروب يعلمني درسًا مهمًا – أن كل يوم يحمل معه نهايته، وكل نهاية تفسح المجال لبداية جديدة.

أتأمل في الوحدة التي تغمرني، ليس كشعور سلبي، بل كفرصة  
للتفكير والتأمل. الوحدة تمنحني الفرصة لأكون صادقاً مع نفسي،  
لأستمع إلى صوتي الداخلي الذي غالباً ما يضيع وسط ضجيج  
الحياة اليومية.

مع كل لحظة تمر، يبدأ الضوء بالتلاشي، وتبدأ النجوم بالظهور  
واحدة تلو الأخرى. أفكاري تتبع النجوم، تتألق في الظلام، تبحث  
عن الأمل والإلهام. أدرك أن الغروب ليس نهاية، بل هو دعوة  
للتفاؤل والنظر إلى الأمام.

أغلق عيني وأنتفس بعمق، أشعر بالسكينة تسري في جسدي. أعلم  
أن الغد سيأتي بتحدياته، لكنني أيضاً أعلم أنه سيأتي بفرص جديدة.  
أفتح عيني، أنظر إلى السماء مرة أخرى، وأبتسم. الغروب قد يكون  
نهاية اليوم، لكنه بداية لخواطر جديدة، لأحلام جديدة، لحياة جديدة.

وهكذا، مع غروب الشمس وتلاشي الضوء، تتلاشى خواطر اليوم،  
تاركةً وراءها الأمل في فجر جديد، في بداية جديدة، في قصة  
جديدة تنتظر أن تُروى

الفصل الثاني "أعماق الصمت" :

في أعماق الصمت، حيث تتوارى الأصوات وتغيب الكلمات، تجد النفس ملاذها. الفصل الثاني يأخذنا في رحلة إلى هذا المكان الخفي، حيث الهدوء يسود والأفكار تتدفق بحرية.

كانت الليلة هادئة، السماء صافية والنجوم تتلألأ كأنها شموع مضاءة في صالة عرس فسيحة. جلست على الأرض، ظهري مستند إلى جذع شجرة عتيقة، أتتفكس الهواء البارد وأحاول أن أفرغ ذهني من كل الضوضاء التي ملأت يومي.

في هذا الصمت، بدأت أسمع صدى أفكارني. كانت تتردد في رأسي كأنها أصداء في وادٍ سحيق. تحدثت عن الضغوط التي واجهتها، عن الأوقات التي شعرت فيها بأن العالم ينهار حولي، عن اللحظات التي كان فيها الاكتئاب يكاد يغرقني.

لكن في الصمت، وجدت قوة. وجدت أن الهدوء يمكن أن يكون ملاذًا، يمكن أن يكون علاجًا. بدأت أفكارني تتبلور، تتحول من ضجيج مبهم إلى رسائل واضحة. تعلمت أن أستمع إلى نفسي، أن أفهم ما تحتاجه، وأن أعطيها الوقت لتشفى.

تأملت في الطبيعة من حولي، في النظام الذي يحكم الكون، في  
السكون الذي يعقب العاصفة. أدركت أن الحياة تتطلب التوازن، أن  
الضغط يجب أن يليه الراحة، وأن الصخب يجب أن يليه السكون.

مع مرور الوقت، بدأت أشعر بالسلام يتسرب إلى روحي. الصمت  
لم يعد فارغًا، بل أصبح مليئًا بالإمكانيات. في الصمت، وجدت  
الإلهام لمواجهة يوم جديد، لمواجهة التحديات بشجاعة وأمل.

أغمضت عيني وتخيلت نفسي أبحر في بحر من الهدوء، أترك  
ورائي الضغوط والمخاوف. وعندما فتحتها مرة أخرى، كنت أشعر  
بالتجدد. كان الصمت قد علمني أن أقدر اللحظات الصغيرة، أن  
أعيش الحاضر، وأن أتطلع إلى المستقبل بعيون مفتوحة وقلب  
متفائل.

وهكذا، في "أعماق الصمت"، نكتشف أن الهدوء يمكن أن يكون  
صديقًا، مرشدًا، ومعلمًا. يمكن للصمت أن يكون البداية لفهم أعمق،  
لحياة أكثر غنى، ولروح أكثر سلامًا.

## الفصل الثالث "ظلال اليأس":

في الفصل الثالث من رحلتنا، ندخل إلى عالم "ظلال اليأس"، حيث تتشابك الخواطر مع الألم والحزن، ولكن أيضاً مع بصيص الأمل الذي يلوح في الأفق.

كانت الغرفة مظلمة، الستائر مسدلة، والضوء الخافت الذي يتسلل من بين طياتها كان يكفي ليكشف عن الظلال التي ترقص على الجدران. جلست على الأريكة، أهدق في الفراغ، أفكاري تتسابق وتتصارع في رأسي. كان الاكتئاب يلفني بأذرعه الباردة، يسحبني إلى أعماق اليأس حيث يصعب النجاة.

في هذا الظلام، بدأت أتذكر الأيام الخوالي، الأوقات التي كانت الضحكات تملأ الأجواء، والأحلام تبدو في متناول اليد. لكن تلك الذكريات كانت تتلاشى سريعاً، تغرق في بحر من الشكوك والخوف.

لكن حتى في أعمق نقاط اليأس، كان هناك شيء يتمسك به القلب. كانت هناك قصص عن أشخاص تغلبوا على الاكتئاب، عن أرواح

استعادت بريقها بعد أن كادت تفقده. كانت هذه القصص تمثل شعاع النور الذي يتسلل إلى الظلام، يعطي الأمل ويشعل الرغبة في الشفاء.

بدأت أفكاري تتحول، تتخذ شكل خواطر تبحث عن الخلاص. تساءلت، ما الذي يمكنني فعله لأتجاوز هذا اليأس؟ كيف يمكنني أن أجد القوة لأقف مرة أخرى؟ وفي البحث عن الإجابات، وجدت أن الأمل يكمن في الإرادة، في الرغبة في التغيير، في الإيمان بأن الغد يمكن أن يكون أفضل.

مع مرور الوقت، بدأت الظلال تتراجع، والضوء يزداد قوة. وجدت نفسي أقف أمام النافذة، أسحب الستائر جانباً، وأدع الشمس تغمر الغرفة بدفئتها. كانت الظلال لا تزال موجودة، لكنها لم تعد تخيفني. كنت قد تعلمت كيف أعيش معها، كيف أحولها إلى جزء من قصتي.

وهكذا، ينتهي الفصل الثالث برسالة قوية: أن اليأس ليس نهاية الطريق، بل هو جزء من الرحلة. وأن الشفاء يبدأ بخطوة واحدة، خطوة نحو الضوء، نحو الحياة التي تنتظرنا بكل ما فيها من تحديات وجمال.



## الفصل الرابع "رقصة المخاطرة":

في الفصل الرابع من قصتنا، ندخل إلى عالم "رقصة المخاطرة"، حيث تتجلى الشجاعة والجرأة في أبهى صورها، وحيث يتحدى الأبطال الخوف ليصنعوا مصائرهم بأيديهم.

كانت الساحة مليئة بالحياة، الأضواء تتلألأ والموسيقى تعزف ألحاناً تدعو إلى الحركة والحيوية. وقفت على حافة الساحة، قلبي ينبض بقوة، وأنا أتأمل الخطوة التي سأقدم عليها. كانت المخاطرة كبيرة، لكن الرغبة في تحقيق الحلم كانت أكبر.

أخذت نفساً عميقاً وخطوت إلى الأمام، أترك ورائي كل الشكوك والمخاوف. بدأت أرقص مع الحياة، أتحدى العقبات وأتجاوز الحدود التي وضعتها لنفسي. كانت كل خطوة تعبيراً عن الحرية، عن الإيمان بالقدرات الخاصة التي أمتلكها.

مع كل دورة وكل حركة، شعرت بأنني أصبح أكثر قوة وثقة. كانت الرقصة تمثل كل المخاطر التي قررت أن أواجهها في حياتي، من تغيير مسار مهني إلى الدخول في علاقة جديدة. كانت كل هذه القرارات تتطلب الشجاعة للقفز في المجهول، لكنها أيضاً كانت تحمل معها إمكانية النمو والتطور.

في "رقصة المخاطرة"، تعلمت أن الحياة لا تمنح الجوائز للذين يقفون على الهامش، بل لأولئك الذين يجروون على الدخول إلى الساحة. تعلمت أن المخاطرة قد تكون مخيفة، لكنها ضرورية لتحقيق الأحلام.

ومع انتهاء الرقصة، وقفت وسط الساحة، أتتفكس بعمق، أشعر بالرضا والفخر. لم أكن أعرف ما الذي يخبئه لي المستقبل، لكنني كنت متأكدًا من أنني سأكون مستعدًا لمواجهة كل ما أوتيت من قوة.

وهكذا، يختتم الفصل الرابع برسالة ملهمة: أن الحياة تستحق المخاطرة، وأن الشجاعة لا تعني غياب الخوف، بل هي القدرة على التقدم على الرغم منه. إنها دعوة لكل قارئ ليجرؤ على الرقص مع الحياة، ليجرؤ على تحقيق أحلامه.

## الفصل الخامس "نبضات متقطعة":

في الفصل الخامس، نغوص في عالم "نبضات متقطعة"، حيث تتباطأ الحياة إلى لحظات من الصمت والتأمل، وحيث يواجه الإنسان ضغوط الحياة بصبر وإصرار.

كانت الساعة تدق ببطء، كل ثانية تمر كأنها دهر. جلست في غرفتي، الجدران تحيط بي كأنها تحتضن أفكارى المتعبة. كان الضغط الذي أشعر به يتراكم كالثلوج على قمم الجبال، ثقيل وبارد.

في هذه اللحظات، كانت خواطري تتجمد، تتوقف عن الجريان كنهر في ليلة شتاء قارسة. كنت أحاول التقاط أنفاسي، أبحث عن الهواء في غرفة مليئة بالصمت. كانت الحياة تبدو كمسرحية بلا جمهور، كقصيدة بلا قوافي.

لكن حتى في هذا الصمت، كان هناك نبض. نبض خافت، متقطع، لكنه موجود. كان يذكرني بأن الحياة لا تزال هنا، أن هناك شيئاً

يستحق الكفاح من أجله. بدأت أستمع إلى هذا النبض، أتبع إيقاعه الهادئ، وأتعلم كيف أعيش معه.

مع كل نبضة، كنت أشعر بأنني أستعيد جزءًا من نفسي. كنت أتعلم كيف أتعامل مع الضغط، كيف أحوله من عدو إلى حليف. كانت كل نبضة تمثل خطوة صغيرة نحو الشفاء، نحو السلام الداخلي.

في "نبضات متقطعة"، وجدت القوة في الهدوء، في القدرة على التوقف والتأمل. تعلمت أن الضغط لا يجب أن يكون نهاية العالم، بل يمكن أن يكون بداية لفهم جديد، لحياة أكثر توازنًا.

ومع انتهاء الفصل، وقفت وأنا أشعر بالامتنان لكل نبضة، لكل لحظة صمت. كانت الحياة تتحدى، لكنها أيضًا كانت تعلم. كانت تعلمني كيف أقدر اللحظات الصغيرة، كيف أجد الجمال في البساطة، وكيف أعيش كل يوم بإيقاع يناسبني.

وهكذا، يختتم الفصل الخامس برسالة من الأمل: أن الضغط يمكن أن يكون فرصة للنمو، وأن الصمت يمكن أن يكون مصدر إلهام.

إنها دعوة لكل قارئ ليستمع إلى نبضات قلبه، وليجد السلام حتى في أصعب الأوقات.

## الفصل السادس "البحث عن النور":

في الفصل السادس من رحلتنا الأدبية، نتبع خطى الباحثين عن النور في أنفاق الاكتئاب واليأس، حيث تتحول الظلمة إلى مساحة للتأمل والاكتشاف.

كانت الليلة معتمة، النجوم مختبئة خلف ستار من الغيوم الكثيفة، والقمر يخفي وجهه عن الأرض. جلست في زاوية الغرفة، أهدق في الظلام، أفكاري تتسلل كظلال خفية بين الشقوق. كان الاكتئاب يحاصرني كجدران سجن قديم، لكن في داخلي كان هناك شعور بالتمرد، رغبة في البحث عن شعاع من الضوء.

بدأت أتخيل نفسي كمستكشف في كهف مظلم، كل خطوة أخطوها تقودني إلى مكان جديد، كل تحرك يكشف عن جزء مخفي من روحي. كان الظلام يخيفني، لكنه أيضاً كان يثير فضولي. ما الذي

يمكن أن أجده في هذا السواد الدامس؟ ما الذي يمكن أن يعلمني إياه؟

مع كل لحظة تمر، كنت أشعر بأنني أقترّب من الإجابة. كانت الظلمة تتحول ببطء إلى مصدر للقوة، إلى رمز للتحديات التي يمكن التغلب عليها. كنت أتعلم كيف أستخدم الظلام لأرى النور، كيف أحول اليأس إلى أمل.

في "البحث عن النور"، وجدت أن النور لا يأتي دائمًا من الخارج، بل يمكن أن ينبع من الداخل. تعلمت أن الإيمان بالنفس يمكن أن يكون مصباحًا يضيء الطريق، وأن الرغبة في التغيير يمكن أن تكون الشرارة التي تشعل النار في الروح.

ومع انتهاء الفصل، وقفت وأنا أشعر بالقوة والعزيمة. لم أكن قد وجدت النور بعد، لكنني كنت قد بدأت الرحلة. كانت الحياة تتحدى، لكنني كنت مستعدًا للتحدي. كنت مستعدًا للبحث عن النور، مهما كانت الظلمة حالكة.

وهكذا، يختتم الفصل السادس برسالة من الإصرار: أن البحث عن النور هو رحلة يمكن أن تبدأ في أعماق نقاط الظلام، وأن الأمل يمكن أن ينمو حتى في أقسى الظروف. إنها دعوة لكل قارئ ليجد النور داخل نفسه، وليكون مصدر إلهام للآخرين.

## الفصل السابع "أصداء الفراغ":

في الفصل السابع، نستكشف "أصداء الفراغ"، حيث يترك الضغط النفسي فجوات في الروح، وحيث تجد الخواطر مكاناً لتزدهر في هذا الفضاء الشاسع.

كانت الغرفة صامتة، الجدران البيضاء تعكس ضوء القمر الباهت الذي يتسلل من النافذة. جلست على الأرض، أحترقن ركبتي، أتأمل في الفراغ الذي يملأ الغرفة والذي يبدو كمرآة للفراغ الداخلي. كان الضغط النفسي قد ترك أثره، مخلِّفاً وراءه صدى يتردد في أرجاء الوجود.

في هذا الصمت، بدأت أسمع أصداء خواطري. كانت تتردد بين الجدران، تبحث عن مخرج، تبحث عن فهم. كانت تتساءل عن معنى الحياة، عن سبب الألم، عن الطريق إلى السعادة. كانت هذه الأصداء تمثل الأسئلة التي طالما خشيت طرحها، الأسئلة التي تحتاج إلى إجابات.

مع كل صدى، كنت أشعر بأنني أقترّب من الإجابة. كان الفراغ يتحول من شيء مخيف إلى شيء ملهم. بدأت أدرك أن الفراغ ليس نهاية، بل هو بداية. بداية للإبداع، للتأمل، للنمو.

في "أصداء الفراغ"، وجدت أن الفراغ يمكن أن يكون مساحة للحرية، مكاناً حيث يمكن للخواطر أن تتحرر من قيود الواقع. تعلمت أن الفراغ يمكن أن يكون مصدرًا للقوة، وأن الصمت يمكن أن يكون صوتًا للروح.

ومع انتهاء الفصل، وقفت وأنا أشعر بالامتنان لكل صدى، لكل لحظة تأمل. كانت الحياة تتحدى، لكنها أيضاً كانت تعلم. كانت تعلمني كيف أقدر الفراغ، كيف أجد الجمال في البساطة، وكيف أعيش كل يوم بإيقاع يناسبني.



وهكذا، يختتم الفصل السابع برسالة من الأمل: أن الفراغ يمكن أن يكون فرصة للنمو، وأن الصمت يمكن أن يكون مصدر إلهام. إنها دعوة لكل قارئ ليستمع إلى أصداء قلبه، وليجد السلام حتى في أصعب الأوقات.

## الفصل الثامن "الأمواج المتلاطمة":

في الفصل الثامن، نبحر في "الأمواج المتلاطمة" للحياة، حيث تتقاذفنا الضغوط كما تتقاذف الأمواج العاتية السفن الشراعية، وحيث نتعلم فن التنقل بين التحديات.

كان البحر هائجًا، الأمواج تتكسر بعنف على الصخور، ترسم رغوة بيضاء على وجه الماء الأزرق الداكن. وقفت على شاطئ الحياة، أتأمل البحر المتلاطم، أفكارى تتقاذفها الأمواج كقارب صغير في عاصفة.

كان الضغط النفسي يشبه هذه الأمواج، يأتي بقوة ويغمر كل شيء في طريقه. لكن في قلبي كان هناك إصرار، رغبة في التحدي، في الإبحار على الرغم من العواصف.

أخذت نفسًا عميقًا وخطوت نحو الماء، أتحدى الأمواج، أتعلم كيف أتوازن، كيف أتكيف مع الظروف. كانت كل موجة تمثل تحديًا جديدًا، مشكلة تحتاج إلى حل، عقبة تحتاج إلى تجاوز.

مع كل خطوة أخطوها، كنت أشعر بأنني أصبح أكثر قوة ومهارة. تعلمت أن أقرأ الأمواج، أن أنتبأ بحركتها، وأن أستخدم قوتها لصالحني. كانت الحياة تعلمني أن أكون بحارًا ماهرًا، قادرًا على التنقل في بحر الوجود.

في "الأمواج المتلاطمة"، وجدت أن الضغوط يمكن أن تكون مصدرًا للتعلم، وأن التحديات يمكن أن تكون فرصًا للنمو. تعلمت أن الشجاعة لا تعني عدم الخوف من الأمواج، بل القدرة على الإبحار على الرغم منها.

ومع انتهاء الفصل، وقفت وأنا أشعر بالفخر بما أنجزت. لم أكن قد وصلت إلى البر الآمن بعد، لكنني كنت قد تعلمت كيف أبحر. كانت الحياة تتحدى، لكنني كنت مستعدًا للتحدي. كنت مستعدًا لمواجهة الأمواج، مهما كانت متلاطمة.

وهكذا، يختتم الفصل الثامن برسالة من الإصرار: أن الحياة مثل البحر، مليئة بالأمواج والتحديات، وأن القدرة على التنقل بينها هي ما تجعلنا بحارة ماهرين. إنها دعوة لكل قارئ ليتعلم فن التنقل في بحر الحياة، وليجد الطريق نحو البر الآمن.

## الفصل التاسع "الرقص مع الظلال"

في الفصل التاسع من ملحمتنا الروحية، ندخل إلى مسرح "الرقص مع الظلال"، حيث نتعلم أن نحتضن كل جانب من جوانب الذات، حتى تلك التي قد نخاف منها.

كانت القاعة واسعة، الجدران مزينة بلوحات فنية تصور مشاهد من الطبيعة والحياة. وقفت في المنتصف، الضوء الخافت يخلق ظلالاً على الأرضية الرخامية. كانت هذه الظلال تتحرك معي، تتبع كل خطوة، ترقص مع كل حركة.

بدأت الموسيقى تعزف، نغماتها تملأ الفضاء، تدعو الروح للانطلاق. أغمضت عيني وتركت جسدي يتحرك بحرية، أرقص مع

ظلالى، أقبلىها كجزء لا يتجزأ منى. كانت كل حركة تعبيرًا عن القبول، عن السلام مع النفس.

مع كل دورة، كنت أشعر بأننى أتحرر من القيود، من الخوف، من الشك. كانت الظلال تمثل الأجزاء المخفية من شخصيتى، الأجزاء التى كنت أتجنبها أو أنكرها. لكن فى هذا الرقص، وجدت الجرأة لاستكشافها، لفهمها، لاحتضانها.

فى "الرقص مع الظلال"، تعلمت أن الظلال ليست عدوًا، بل هى صديق. تعلمت أن الظلال تعطى العمق للحياة، تضيف الغنى للتجربة الإنسانية. تعلمت أن القبول يمكن أن يكون مفتاح السعادة، وأن الرقص مع الظلال يمكن أن يكون مصدرًا للقوة.

ومع انتهاء الفصل، وقفت وأنا أشعر بالتوازن والانسجام. لم أكن قد حللت كل الألغاز، لكننى كنت قد بدأت الرحلة. كانت الحياة تتحدى، لكننى كنت مستعدًا للتحدى. كنت مستعدًا للرقص مع الظلال، مهما كانت مخيفة.

وهكذا، يختتم الفصل التاسع برسالة من القوة: أن الحياة مليئة بالظلال، وأن القدرة على الرقص معها هي ما تجعلنا بشرًا كاملين. إنها دعوة لكل قارئ ليتعلم فن الرقص مع كل جانب من جوانب الذات، وليجد الجمال في كل ظل.

## الفصل العاشر "القفزة الكبرى"

في الفصل العاشر والأخير من رحلتنا الروحية، نقف على حافة "القفزة الكبرى"، حيث يواجه الأبطال لحظة الحقيقة، ويقررون المخاطرة بكل شيء من أجل تحقيق أحلامهم.

كانت السماء ملبدة بالغيوم، الرياح تعصف بقوة، والأرض تحتي تبدو كبقعة صغيرة بعيدة. وقفت على قمة الجبل، أنظر إلى الوادي الذي يمتد أمامي، قلبي ينبض بقوة تتناغم مع هدير الرياح. كانت هذه هي اللحظة التي كنت أستعد لها، لحظة القفزة الكبرى.

أخذت نفسًا عميقًا، أتذكر كل العقبات التي تغلبت عليها لأصل إلى هنا. كانت كل خطوة في رحلتي تمثل درسًا، كل تحدي كان يجهزني

لهذه اللحظة. كانت الحياة قد علمتني أن النمو يأتي من المخاطرة،  
وأن الأحلام تتحقق للجريئين.

بكل شجاعة، أطلقت جسدي في الهواء، أقفز في المجهول، أتحدى  
الجاذبية، أتحدى الخوف. كانت الرياح تحملني، وأنا أشعر بالحرية  
الكاملة، بالإثارة التي تغمر كل خلية في جسدي. كانت هذه القفزة  
تمثل بداية جديدة، فصلاً جديداً في قصة حياتي.

في "القفزة الكبرى"، وجدت أن الحياة تتطلب الجرأة، وأن النجاح  
يتطلب الإيمان بالنفس. تعلمت أن القفزة قد تكون مخيفة، لكنها  
ضرورية لتحقيق الذات. تعلمت أن القفزة الكبرى هي تلك اللحظة  
التي نترك فيها كل شيء وراءنا، ونتجه نحو المستقبل بكل ما نملك  
من قوة وأمل.

ومع انتهاء الفصل، هبطت على الأرض، أشعر بالنشوة والانتصار.  
لم أكن أعرف ما الذي ينتظرنني، لكنني كنت متأكدًا من أنني سأكون  
مستعدًا لمواجهته. كانت الحياة تتحدى، لكنني كنت مستعدًا للتحدي.  
كنت مستعدًا للقفزة الكبرى، مهما كانت النتائج.

وهكذا، يختتم الفصل العاشر برسالة من الإلهام: أن الحياة مليئة بالقفزات الكبرى، وأن القدرة على اتخاذها هي ما تجعلنا نعيش بكامل إمكاناتنا. إنها دعوة لكل قارئ ليَجروا على القفز، وليَجروا على تحقيق أحلامه.